nevir®

Báscula de grasa corporal/hidratación/masa muscular

NVR-3325BW

MANUAL DE INSTRUCCIONES

Estimado cliente,

Le agradecemos que haya elegido la báscula de grasa corporal/hidratación y masa muscular NEVIR. Este producto está especialmente diseñado para medir la grasa corporal/hidratación y masa muscular y ayudar a mantener un control diario en los cambios de grasa corporal, hidratación, masa muscular y peso proporcionándole información de referencia. Basándose en el análisis de su estatura, peso, edad, etc. le informa del nivel de grasa de su cuerpo y del estado de su cuerpo en general. Lea atentamente estas instrucciones antes de utilizar este producto.

■ Indicaciones para su fácil manejo

1. Para realizar las mediciones

A. Quítese siempre los zapatos y los calcetines y límpiese los pies antes de utilizarla.
B. Es aconsejable hacer las mediciones a la misma hora del día.
C. El resultado de las mediciones puede no ser fiable tras haber hecho mucho ejercicio, una dieta excesiva o bajo condiciones extrema deshidratación extrema.
D. Utilice la báscula siempre en superficies sólidas y planas. Permanezca quieto durante la medición.
E. Los datos de grasa corporal/hidratación y masa muscular puede no ser precisa en los siguientes casos:
▪ Niños de menos de 10 años o adultos de más de 100 (sólo pueden usar este aparato bajo la modalidad de medición de peso normal).
▪ Adultos de más de 70 años.
▪ Atletas de culturismo o profesionales.
F. No debe usarse este aparato en los siguientes casos:
▪ Mujeres embarazadas
▪ Personas en tratamiento de diálisis
▪ Personas con marcapasos o cualquier otro aparato implantado.

2. Avisos de seguridad

A. El porcentaje de grasa, hidratación y masa muscular evaluado con este aparato sirve únicamente como referencia (pero no para uso médico). Si su contenido de grasa, hidratación y masa muscular está por encima o debajo del nivel normal, consúltelo con su médico.
B. Para mantener la precisión de los datos de la báscula, manténgala alejada de campos electromagnéticos fuertes.
C. Si se mide en una superficie mojada hay riesgo de resbalarse. Además, si la superficie de la plataforma es de cristal, no se coloque en el extremo de la balanza y mantenga siempre el equilibrio durante la medición.

■ Características / Especificaciones

1. Sensor de medición de alta precisión
2. Función de medición consecutiva
3. Multifunción: comprobación de porcentaje de grasa, hidratación y masa muscular.
4. Memoria incorporada para 12 usuarios diferentes.
5. Muestra del estado de grasa corporal en 5 niveles.
6. Indicador de batería baja y sobrecarga.
7. Función de regreso a la última memoria.

■ Índice de funcionamiento

Capacidad de peso máx.	División	Rango de porcentaje de grasa	División porcentaje de grasa	Rango de porcentaje hidratación	División porcentaje hidratación	Rango de porcentaje muscular	División muscular
150 kg 330 lb.	0,1 kg 0,2 lb.	4,0% -60,0%	0,1%	27, 5% -66,0%	0,1%	20, 0% -56,0%	0,1%

■ Batería

El tipo de batería de la báscula puede ser:

1. 2 x baterías de litio 3V CR2032. Retire el aislamiento antes de utilizarlas.
2. 4 x pilas 1,5V (AA/AAA). Retire el envoltorio antes de utilizarlas.
3. 1 x pila 9V. Retire el envoltorio antes de utilizarla.

■ Cómo instalar o cambiar la batería

Abra la cubierta del compartimento de la batería en la parte inferior de la báscula e instale o cambie la batería de la siguiente manera:

Compartimento de batería

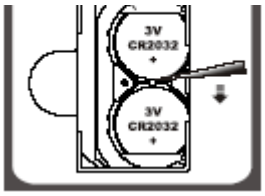


Imagen 1

A. Retire la batería utilizada con ayuda de un objeto acabado en punta, como se muestra en la imagen.
B. Instale la nueva batería colocando un extremo en el compartimento y presionando el otro extremo.

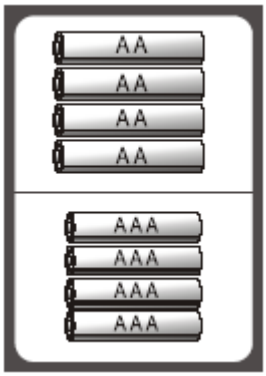


Imagen 2

A. Retire las pilas usadas con ayuda de un objeto acabado en punta si fuera necesario.
B. Instale las nuevas pilas colocando primero hacia abajo un extremo de la pila y presionando el otro extremo. (Tenga en cuenta la polaridad).

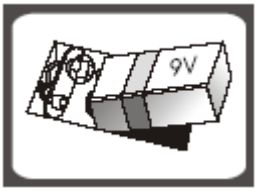
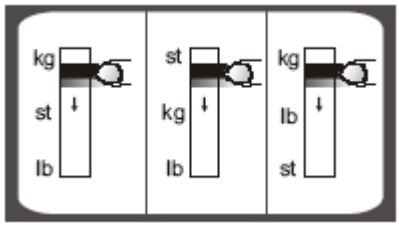


Imagen 3

Retire la cubierta del compartimento en la parte posterior del dispositivo y encaje una nueva pila de 9V en los conectores. Tenga en cuenta la polaridad.

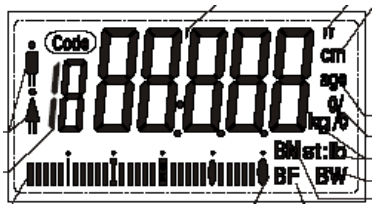
■ **Cómo establecer la unidad de medida**



Si la báscula dispone de (o puede aplicar) medidas en kg/st/lb, puede elegir la que prefiera colocando el indicador de Conversión en kg/st/lb.

- Si elige lb/st como unidad de medición, la unidad de altura por omisión será pies/pulgadas.
- Si elige kg como unidad de medición, la unidad de altura por omisión será cm.

■ **Pantalla LCD**



Sexo

Código de memoria del usuario

Indicación de nivel de grasa

Unidad de estatura

Edad

Porcentaje (%)

Unidad de peso

Hidratación (%)

Masa muscular (%)

Grasa (%)

■ **Indicaciones sobre las teclas**

■ (encender/establecer): Enciende la báscula y muestra el siguiente parámetro.
(Consulte Configuración de parámetros personales al dorso)

▲: Aumenta el valor en un intervalo cada vez que pulsa. Si pulsa de manera continuada, aumentará el valor a velocidad rápida.

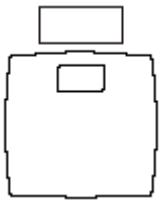
▼: Disminuye el valor en un intervalo cada vez que pulsa. Si pulsa de manera continuada, disminuirá el valor a velocidad rápida.

► (inicio): Comienza las comprobaciones

■ **Modalidad de medición normal opcional (mediante configuración de parámetros)**

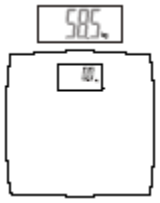
1. Medición mediante auto encendido

Para función de “auto encendido”



Instale la batería, (consulte la página 3), y coloque la báscula en un suelo plano.

Colóquese en la plataforma →

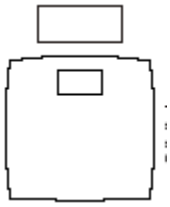


Muestra su peso.

→

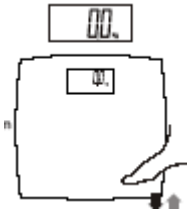
Los números parpadean, se estabilizan y se bloquean.

Para función de encendido mediante “un toque”



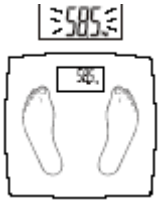
Instale la batería, (consulte la página 3), y coloque la báscula en un suelo plano.

Pise suavemente la plataforma y retire el pie →



Espere hasta que muestre “0”.

Colóquese en la plataforma →



Los números parpadean, se estabilizan y se bloquean.

2. Medición consecutiva

Cuando los números se han estabilizado, puede añadir más elementos a pesar. Asegúrese de que cada elemento a pesar pese más de 2 kg para poder obtener una nueva lectura.

Ejemplo: Si desea obtener un nuevo valor del peso de su bebé, puede pesarse usted primero y luego hacerlo junto con su bebé sin bajarse de la báscula. De esta manera tendrá una lectura del peso total. Reste la lectura anterior suya de la nueva lectura y la diferencia será el valor del peso de su bebé.

Los números parpadean, estabilizado y bloqueado.

Tome a su bebé sin bajar de la báscula →

Visualización del peso total.

■ Modalidad de medición de grasa/hidratación/masa muscular

1. Cómo establecer parámetros personales

① Cuando instala la batería y enciende por primera vez, los parámetros por omisión que aparecen son los siguientes:

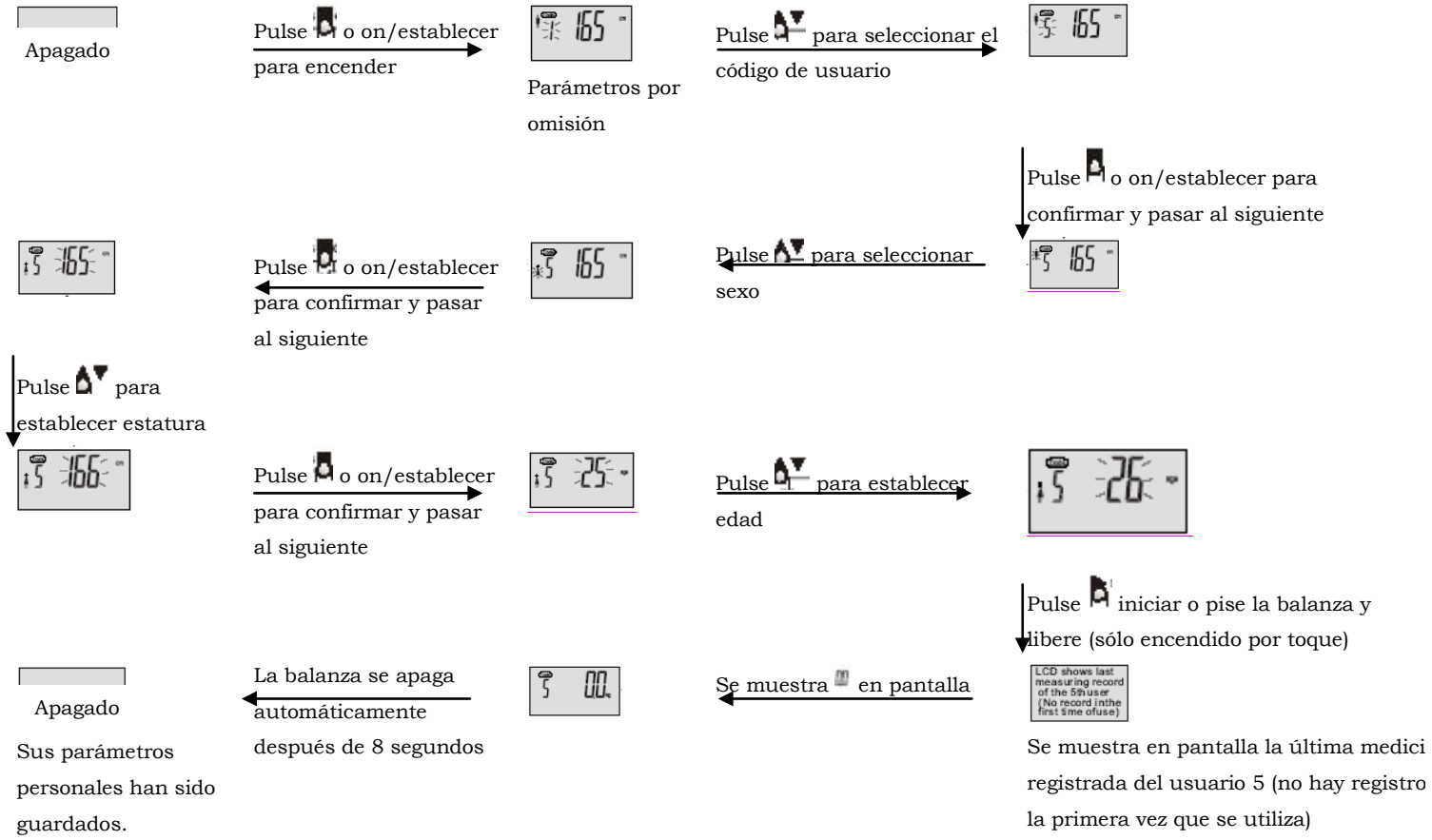
Sexo	Estatura	Edad
Masculino	165cm/ 5'05.0"	25

② Pueden establecerse parámetros dentro de los rangos siguientes:

Memoria	Sexo	Estatura	Edad
1~12	femenino/masculino	100~250 cm 3'03.5" ~8'02.5"	10~100

③ Establecimiento de parámetros

Ejemplo: usuario número 5, mujer, 166 cm, 26 años; puede establecer así los parámetros:


Apagado
Pulse o on/establecer para encender
Parámetros por omisión
Pulse para seleccionar el código de usuario
Pulse o on/establecer para confirmar y pasar al siguiente
Pulse para seleccionar sexo
Pulse o on/establecer para confirmar y pasar al siguiente
Pulse para establecer estatura
Pulse o on/establecer para confirmar y pasar al siguiente
Pulse para establecer edad
Pulse iniciar o pise la balanza y libere (sólo encendido por toque)
Se muestra en pantalla
La balanza se apaga automáticamente después de 8 segundos
Apagado
Sus parámetros personales han sido guardados.
LCD shows last measuring record of the 5th user (No record in the first time of use)
Se muestra en pantalla la última medici registrada del usuario 5 (no hay registro la primera vez que se utiliza)

Nota:

▪ Durante el establecimiento de parámetros, puede pisar la plataforma en cualquier momento para establecer la báscula en el punto cero mediante un toque.

▪ Tras completar el ciclo de configuración puede seguir pulsando ■ para llevar a cabo otro ciclo de establecimiento de todos los parámetros.

2. Cómo comenzar la medición

Para garantizar la precisión, quítese los zapatos y los calcetines antes de subir a la báscula.

Ejemplo: usuario número 5, mujer, 166 cm, 26 años; puede realizar así las mediciones:

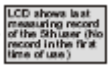
Apagado

Pulse o on/establecer para encender

Muestra parámetros del último usuario o parámetros por omisión

Pulse para seleccionar el código de usuario o restablecer parámetros

Pulse iniciar o pise la balanza y libere (sólo encendido por toque)



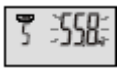
Se muestra en pantalla la última medición registrada del usuario 5 (no hay registros la primera vez que se utiliza)

Pasa a mostrar los parámetros personales actuales

Espere hasta que se muestre en pantalla

Colóquese sobre la plataforma suavemente

Espere hasta que los números se estabilicen



Las lecturas de peso se bloquean y parpadean una vez

Medición de grasa/agua/músculos

Estado y porcentaje de grasa

Porcentaje de agua

Porcentaje de masa muscular

Peso

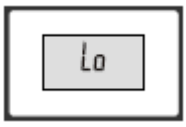
Visualizar resultado (se repite 3 veces)

Estado de grasa, 23,8% de grasa, 52,3% de hidratación, 37,2% de masa muscular, 55,8 kg de peso

Está en perfectas condiciones. ¡Mantenga su forma!

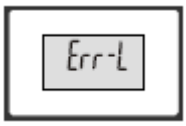
Apagado automático

■ **Indicadores de avisos**

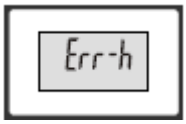


Indicador de batería baja
La batería está a punto de acabarse. Sustitúyala por una nueva.

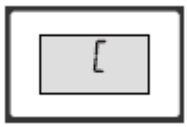
Indicador de sobrecarga.
El elemento a pesar en la plataforma excede la capacidad de la báscula. Retírelo para evitar daños.



Indicador de porcentaje de grasa bajo.
El porcentaje de grasa es demasiado bajo. Lleve una dieta más nutritiva y cuídese.



Indicador de porcentaje de grasa alto.
El porcentaje de grasa es demasiado alto. Vigile su dieta y haga más ejercicio.



Vuelva a hacer la prueba
Se ha producido un error. Vuelva a hacer la prueba para corregir el resultado.

■ **Sobre la grasa**

1. Sobre el porcentaje de grasa

▪ El porcentaje de grasa es el índice en tanto por ciento del contenido de grasa en el cuerpo humano.

▪ El contenido de grasa en el cuerpo humano ha de tener un cierto nivel. El exceso de grasa tiene malos efectos en el metabolismo y puede producir la aparición de diversas enfermedades. De aquí el viejo dicho: "La obesidad es la cuna de la enfermedad".

2. Principios de funcionamiento

En la transmisión de señales eléctricas de cierta frecuencia a través del cuerpo humano, la impedancia de la grasa es mayor que la de los músculos u otros tejidos humanos. Mediante el uso de un análisis de resistencia biológica, este producto trasmite una frecuencia segura de bajo voltaje eléctrico a través del cuerpo humano de manera que el porcentaje de grasa se reflejará de acuerdo a las diferencias de resistencia cuando se transmite la señal eléctrica a través del cuerpo humano.

3. Cuadro de valoración del estado físico según el contenido de grasa e hidratación

Edad	Grasa (Mujer)	Hidratación (Mujer)	Grasa (Hombre)	Hidratación (Hombre)	Estado	Indicador de líneas
≤ 30	4,0-16,0%	66,0-57,8%	4,0-11,0%	66,0-61,2%	Demasiado delgado/a	|
	16,1-20,5%	57,7-54,7%	11,1-15,5%	61,1-58,1%	Delgado/a	
	20,6-25,0%	54,6-51,6%	15,6-20,0%	58,0-55,0%	Normal	|
	25,1-30,5%	51,5-47,8%	20,1-24,5%	54,9-51,9%	Gordo/a	|
	30,6-60,0%	47,7-27,5%	24,6-60,0%	51,8-27,5%	Demasiado gordo/a	|
> 30	4,0-20,0%	66,0-55,0%	4,0-15,0%	66,0-58,4%	Demasiado delgado/a	|
	20,1-25,0%	54,9-51,6%	15,1-19,5%	58,3-55,3%	Delgado/a	|
	25,1-30,0%	51,5-48,1%	19,6-24,0%	55,2-52,3%	Normal	
	30,1-35,0%	48,0-44,7%	24,1-28,5%	52,2-49,2%	Gordo/a	
	35,1-60,0%	44,6-27,5%	28,6-60,0%	49,1-27,5%	Demasiado gordo/a	

● Esta información sirve únicamente como referencia

⚠ Limpieza y mantenimiento

1. Utilice un paño ligeramente humedecido para limpiar la báscula. NO la sumerja en agua. No utilice ningún detergente corrosivo o producto químico.
2. Si la báscula se mancha con grasas, salsa picante, vinagre o cualquier otra sustancia irritante, límpiela inmediatamente (mantenga la báscula alejada de zumos de frutas).
3. Utilice siempre la báscula en una superficie sólida y plana. NO la utilice sobre alfombras o esterillas.

- Este producto puede variar respecto a las fotografías/ilustraciones.